



「SCマンスリーまつばら」は、世界基準の安心・安全なまちづくりセーフコミュニティについて知っていただくための連載です。

3月は「自殺対策強化月間」です

▼問合せ

人権交流室、地域保健課
障害福祉課、産業振興課

自殺で亡くなる人の数は、全国で年間約2万1300人となっており、大阪府でも約1200人が亡くなっています。

自殺は、さまざまな要因が複雑に関係して、「その多くが追い込まれた末の死」であり、「その多くが防ぐことができる社会的な問題」であると言われています。

さまざまな悩みを抱えている人は、一人で悩まず、専門の相談機関にご相談ください。

また、身近な人の悩みに気づいたら、温かく寄り添いながら、悩みに耳を傾け、専門家への相談をすすめ、じっくりと見守りましょう。

3月1日 午前9時30分～3月31日 午後5時までは、24時間体制で相談を受け付けます。

●**こころの健康相談統一ダイヤル**
(☎0570-064-556)

※一部のIP電話などからは接続できません。

●**こころのLINE電話相談**
QRコードからLINEの「友だち」登録のうえ、無料通話機能をご利用ください。「友だち」登録後は、手続きのためすぐに電話がかからない場合があります。「トーク」による相談は行っておりません。運用上、「既読」になることがあります。相談員には「トーク」の内容が伝わっていませんのでご了承ください。



あなたもゲートキーパーになりませんか？

ゲートキーパーとは、自殺につながる危険なサインに気づき、傾聴し、適切な相談機関へつなぎ見守ることができる人のことであり「命の門番」とされています。自殺を予防するためには、たくさんのゲートキーパーが必要となります。

セーフコミュニティ自殺予防対策委員会では、ゲートキーパー養成講座を実施しています。

あなたもゲートキーパーになってみませんか。

- とき** 3月28日(休) 午前10時～正午
- ところ** 市役所8階会議室
- 定員** 30人(先着順)
- 保育** 1歳6カ月～就学前の子ども、先着5人。1人300円。3月18日(月)までにNPO法人子育て支援ぽけっと(☎268-2182、FAX284-7733)へお申し込みください。

●**申込み・問合せ** 人権交流室

●**こころの健康に不安を感じたら**
こころの電話相談(☎06・6607・8814)

月・火・木・金曜日(祝日を除く)

午前9時30分～午後5時
●**若者専用電話相談**(わかぼちダイヤル ☎06・6607・8814)

水曜日(祝日を除く) 午前9時30分～午後5時

●**藤井寺保健所精神保健福祉相談**
(☎072-955-4181)

平日 午前9時～午後5時45分

●**妊娠中や産後にこころが不安になったら**

大阪府妊産婦こころの相談センター
(☎0725-57-5225)

平日 午前10時～午後4時

●**自死遺族相談(予約制)**
大切な人を自死(自殺)で亡くさせ

れた人のために、来所相談を実施しています。

●**大阪府こころの健康総合センター**
(☎06・6691-2818)

平日 午前9時～午後5時45分

●**電話相談**
関西のちの電話(☎06・6309-1121) 24時間、365日

●**大阪自殺防止センター**(☎06-6260-4343) 金曜日 午後1時～日曜日 午後10時

●**こころの救急箱**(☎06・6942-9090) 月曜日 午後8時～火曜日 午前3時

●**フリーダイヤルの電話相談**
自殺予防のちの電話(☎01-20-783-556) 毎月10日 午前8時～翌日 午前8時